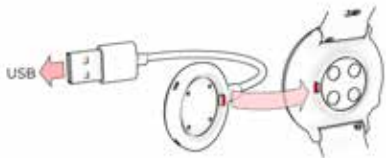


Jak zacząć

1. **Aby uruchomić i naładować zegarek**, podłącz go do portu USB lub ładowarki USB za pomocą kabla dołączanego do zestawu.



2. **Aby skonfigurować zegarek**, wybierz swój język i metodę konfiguracji. Możliwe są trzy sposoby konfiguracji zegarka: **(A)** na telefonie, **(B)** na komputerze lub **(C)** bezpośrednio na zegarku. Przeglądaj opcje przesuwając palcem na wyświetlaczu w górę lub w dół. Dotknij wyświetlacza, aby potwierdzić wybór. Zalecamy użycie opcji **A** lub **B**.

Precyzyjne wprowadzenie ustawień pozwoli uzyskać jak najdokładniejsze, spersonalizowane dane dotyczące treningów i aktywności.

- i** Jeśli dostępna jest aktualizacja oprogramowania sprzętowego zegarka, zalecamy zainstalowanie jej podczas konfiguracji. Aktualizacja może potrwać do 10 minut.

A KONFIGURACJA Z TELEFONU

Parowanie należy przeprowadzić z poziomu aplikacji Polar Flow, a NIE ustawień Bluetooth telefonu.

1. Upewnij się, że Twój telefon jest połączony z **internetem**, a transmisja **Bluetooth®** jest włączona.
2. Pobierz **aplikację Polar Flow** ze sklepu **App Store** lub **Google Play**.
3. Uruchom aplikację Flow w telefonie. Aplikacja Flow rozpozna zegarek i wyświetli komunikat z pytaniem o rozpoczęcie parowania. Naciśnij przycisk Start.
4. W telefonie zaakceptuj prośbę parowania przez Bluetooth. Potwierdź kod PIN w zegarku i zakończ parowanie.
5. **Zaloguj się na konto Polar** lub utwórz nowe. W aplikacji zostaną wyświetlone wskazówki dotyczące rejestracji i konfiguracji.

Po zakończeniu konfiguracji wybierz **Zapisz i synchronizuj**, aby zsynchronizować ustawienia z zegarkiem.

B KONFIGURACJA NA KOMPUPERZE

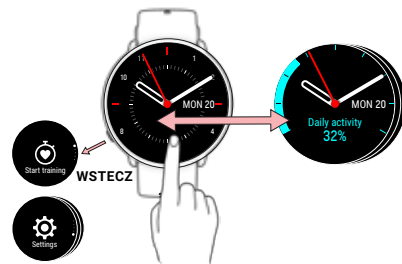
1. Odwiedź stronę **flow.polar.com/start** i pobierz oraz zainstaluj na komputerze oprogramowanie do transmisji danych **Polar FlowSync**.
2. Zaloguj się na konto Polar lub utwórz nowe. W serwisie internetowym Polar Flow zostaną wyświetlone wskazówki dotyczące rejestracji i konfiguracji.

C KONFIGURACJA Z POZIOMU ZEGARKA

1. Wybierz ustawienia, przesuwając palcem na wyświetlaczu i dotknij, aby potwierdzić swój wybór.
2. Naciśnij przycisk **WSTECZ**, aby cofnąć się i zmienić ustawienie.

Podczas konfiguracji z poziomu zegarka urządzenie nie jest jeszcze połączone z Polar Flow. Zalecamy późniejsze przeprowadzenie konfiguracji z użyciem opcji **A** lub **B** w celu uzyskania najnowszych aktualizacji funkcji zegarka Ignite. Aplikacja Flow umożliwi również wyświetlenie dokładniejszej analizy treningu i monitorowanie postępu.

Poznaj swój zegarek Ignite



NAJWAŻNIEJSZE FUNKCJE

- Dotknij wyświetlacza, aby potwierdzić wybór wybierając elementy.
- Przycisk **WSTECZ** umożliwia powrót, pauzę i zatrzymanie. Naciśnięcie przycisku **WSTECZ** z poziomu ekranu zegara umożliwia otwarcie menu, a jego naciśnięcie i przytrzymanie – rozpoczęcie parowania i synchronizacji.
- Przesuń palcem w górę lub w dół, aby przewijać treści.
- Przesuń palcem w lewo lub w prawo, aby zobaczyć różne tarcze zegarka. Dotknij, aby wyświetlić bardziej szczegółowe informacje.
- Podczas treningu przesuń palcem w lewo lub w prawo, aby wyświetlić inne ekrany treningowe.

Zakładanie zegarka Ignite

Na co dzień zakładaj zegarek tuż powyżej kości nadgarstka. Aby uzyskać dokładny odczyt tętna **podczas treningu:**

- Umieść zegarek po górnej stronie nadgarstka, w odległości przynajmniej na grubość palca od kości nadgarstka.
- Zapnij pasek nieco mocniej niż zwykle. Czujnik tętna z tyłu urządzenia musi pozostawać w stałym kontakcie ze skórą, a zegarek nie powinien się przesuwać.



Gdy nie mierzysz tętna lub nie monitorujesz snu, poluzuj pasek, aby umożliwić skórze oddychanie.

PIELĘGNACJA ZEGARKA IGNITE

Utrzymuj czystość zegarka, myjąc go bieżącą wodą po każdej sesji treningowej. Przed rozpoczęciem ładowania upewnij się, czy na stykach zegarka i kabla nie ma wilgoci, kurzu ani innych zanieczyszczeń. Delikatnie zetrzyj wszelkie zabrudzenia i osusz wilgotne miejsca. **Nie ładuj zegarka, gdy jest mokry.**

Rozpoczęcie treningu

- Założ zegarek i zapnij pasek.
- Wciśnij przycisk **WSTECZ**, aby przejść do menu głównego, dotknij **Rozpoczęcie treningu**, a następnie przesuń palcem w lewo lub w prawo, aby wybrać profil sportowy.
- Poczekaj aż wartość tętna zostanie wyświetlona w zielonym kółku.
- Dotknij wyświetlacza, aby rozpocząć rejestrowanie treningu.



WSTRZYMYWANIE I KOŃCZENIE TRENINGU

Naciśnij przycisk **WSTECZ**, aby wstrzymać sesję treningową. Aby kontynuować trening, wciśnij **WSTECZ** ponownie. Aby zakończyć sesję treningową, przytrzymaj **WSTECZ** po wstrzymaniu i zaczekaj, aż zostanie wyświetlony komunikat **Zakończono rejestrowanie**.

Trening z GPS: Wyjdź na zewnątrz w miejsce oddalone od wysokich budynków i drzew. Trzymaj zegarek nieruchomo, wyświetlaczem do góry, dopóki nie wyszuka sygnału z satelity GPS. Kółko wokół ikony GPS zmienia kolor na zielony i zegarek zawibruje, gdy GPS będzie gotowy.



Dane techniczne

TYP BATERII: AKUMULATOR LI-POL 165 mAh
SENSOR TĘTNA: WBUDOWANY OPTYCZNY
WODOSZCZELNOŚĆ: 30 M (NADAJE SIĘ DO UŻYWANIA PODCZAS PŁYWANIA)

MATERIAŁY

URZĄDZENIE: ABS+GF, SZKŁO, PMMA, STAL NIERDZEWNA

PASEK: TPU LUB SILIKON, STAL NIERDZEWNA

KABEL: MOSIĄDZ, PA66+PA6, PC, TPE, STAL NIESTOPOWA, NYLON

Zakres częstotliwości sprzętu radiowego ISM wynosi 2,402 – 2,480 GHz, a maksymalna moc – 2,3 mW.

Dzięki technologii optycznego sensora tętna Polar Precision Prime na skórę oddziałuje jedynie niewielka i bezpieczna ilość prądu elektrycznego. Dzięki kontaktowi urządzenia z nadgarstkiem możliwe jest zwiększenie dokładności pomiaru.

APP STORE TO ZNAK USŁUGOWY FIRMY APPLE INC.

ANDROID I GOOGLE PLAY TO ZNAKI TOWAROWE FIRMY GOOGLE INC.

WYPRODUKOWANY PRZEZ KOMPATYBILNY Z

POLAR ELECTRO OY
PROFESSORINTIE 5
90440 KEMPELE

FINLANDIA

TEL. +358 8 5202 100

WWW.POLAR.COM

17979379.02 POL 05/2019



POLAR®

IGNITE

ZEGAREK Z GPS DO FITENSSU

Pierwsze kroki

Aby dowiedzieć się więcej, odwiedź stronę

support.polar.com/en/ignite

Polski